

【審査論文】

幼児の身体活動に関する親の態度に影響する要因についての検討

塩野谷祐子

Examining the factors influencing parents' attitude concerning their preschool children's physical activity

Yuko SHIONOYA

要旨

地方都市にある2つの幼稚園の保護者185名に質問紙調査を実施し、幼児の身体活動推進に影響する親の態度にはどのような因子が存在するのか、そしてそれらはどのような要因と関連しているのかについて検討した。幼児の身体活動推進に関する親の態度について因子分析を行なった結果、第1因子「家族での戸外活動」、第2因子「運動経験の工夫」、第3因子「お手伝い」の3因子が抽出された。それぞれの因子得点との分散分析においては、第1因子「家族での戸外活動」と第2因子「運動経験の工夫」で子どものクラス（学年別）によって有意な差があり、多重比較を行なった結果、第1因子では、2歳児＞年少児、2歳児＞年長児に有意差が見られた。第3因子「お手伝い」では在園児が何番目の子どもかで有意差が表れ、多重比較の結果、1番目の子ども＜2番目の子どもに有意な差が確認された。また、各因子の得点を3群に分け、親要因に関して分散分析を行なったところ、第1因子では親の自己効力感、親の身体活動好意度、子どもの生活習慣（食事）への親の対応、で有意な差が見られた。第2因子に関しては、親の自己効力感、子どもの身体活動に関する重要性の認識度、子どもの生活習慣（食事）への親の意識、について有意な差があった。第3因子については親の身体活動好意度と子どもの身体活動に関する重要性の認識度において有意差が確認された。このことから、親の自己効力感が高いこと、親自身の身体活動好意度が高いこと、親が子どもの身体活動を重要だと認識していること、さらには子どもの食事に関する生活習慣にも親が配慮していることが、子どもの身体活動推進に関する親の態度に影響することが示唆された。

キーワード：幼児（preschool children）、身体活動（physical activity）、親（parent）、態度（attitude）、要因（factor）

はじめに

幼児期の身体活動（生活活動・運動）は様々な動きの獲得（Gallahue DL, 1999）や、体力・運動能力の向上（田中ら, 2014；中野ら, 2010）、良好な体調の維持にとって大切であり、将来の身体活動習慣を獲得する基盤としても注目されている（塩野谷, 2015）。また、楽しく体を動かすことは心の健康に良い影響を与え（加賀谷ら, 2003；鈴木, 2010）、さらには運動が脳の働きにも良い影響をもたらすことが報告されている（Hillman, 2008）。このようなことから幼児期からの身体活動習慣を獲得することが理想である。そのような中、文部科学省において「幼児期運動指針」が策定され（2012）、「毎日、合計

60分以上、楽しく体を動かすこと」が目標の1つとして掲げられている。よって、身体活動をただ行うのではなく、楽しく体を動かすことが幼児の場合はポイントと言える。この「体を動かす」は、遊びだけではなく生活の中のお手伝いや散歩なども含まれる（文部科学省，2012）ということで、生活全体でどの程度幼児が体を動かしているのかに注目する必要がある。幼児の身体活動を促進する要因は様々あり、例えば田中ら（2011）は幼児の身体活動量と生活環境の関係をまとめており、「自宅周辺に犯罪が無く安全であること、自然が豊かであること、自宅周辺の道路の起伏が激しくないこと」を活動量を高める要因として挙げている。ただ、自宅周辺環境をすぐに変えることは難しいため（小林，2011）、幼児の近くにいる大人の意識や行動の範囲で幼児の身体活動の状況を変容させるという観点を考えることも重要である。よって、今回は、人的要因の中でも幼児の生活に一番影響があると思われる親に関して取り上げ、幼児の身体活動を推進することに影響する親の態度にはどのような因子が存在するのか、そしてそれらはどのような要因と関連しているのかについて検討することを目的とした。

研究方法

地方都市にある2ヶ所の幼稚園の園長に調査の趣旨を説明し許可を得た上で、同意のあった在園児（2歳児クラス～年長クラス）の保護者を対象に自記式質問紙調査（無記名）を実施した。調査時期は平成26年2月下旬～3月上旬で合計185名の保護者（母親183名・父親2名）から回答を得た。回収率は70.6%であった（262名中）。なお、同じ家庭で複数の子どもが在園している場合には上の子どもに関して答えてもらうようにした。倫理面の配慮として、データは統計的に処理され、個人が特定されないことがないこと、調査で入手した個人データは研究終了後責任を持って破棄すること、調査の趣旨に賛同した場合のみ回答すること、を文面に説明した。なお、本調査は日本子ども家庭総合研究所の研究倫理委員会の承認を得て行われた（承認番号第65号）。

調査内容は、属性、幼児期運動指針の認知の有無、親の身体活動好意度、親の運動（スポーツ）習慣、子どもの身体活動に関する重要性の認識度、親の自己効力感に関する16項目（GSES）（坂野・東條，1986）、子どもの身体活動推進に関する親の態度17項目、子どもの生活習慣（睡眠・食事）に関する親の意識2項目であった。なお、GSESは信頼性と妥当性が検証された尺度である。

回答方法は、属性に関しては年齢項目以外選択肢による回答を求めた。また、幼児期運動指針の認知については「知っている」「知らない」「指針が出たことは知っているが内容までは知らない」の選択肢を設け、GSESは「はい」か「いいえ」の2件法、その他の質問はすべて4件法による回答を求めた。この他に自由記述で答える質問も設けたが、今回は分析の対象としていない。

分析方法は、まず文献や先行研究から子どもの身体活動を推進と思われる親の態度を抽出し、幼児を持つ親の実際の態度に関する回答から、どのような因子がそこに存在するのかを検討するため因子分析を実施した。そして、因子ごとに因子得点を算出し、属性に関して分散分析を行なった。さらに因子得点により高得点群・中得点群・低得点群の3群に分け、親の自己効力感、身体活動好意度、運動（スポーツ）頻度、子どもの身体活動の重要性の認識度、子どもの生活習慣（睡眠）への意識、子どもの生活習慣（食事）への意識について、分散分析を行なった。その際、親の自己効力感に関しては「はい」を1点、「いいえ」を0点（逆転項目に関しては「はい」を0点、「いいえ」を1点）とし、16項目の合計点数を自己効力感得点とした。また、身体活動好意度は「とても好きである」を3点、「好きである」を2点、「あまり好きではない」を1点、「好きではない」を0点、運動（スポーツ）頻度は「週2回以上ある」を3点、「週1回以上ある」を2点、「週1回未満だがある」を1点、「特に無し」を0点、子どもの身体活動の重要性の認

識度については「とてもそうである」を3点、「そうである」を2点、「あまりそうではない」を1点、「そうではない」を0点、子どもの生活習慣（睡眠・食事）および子どもの身体活動推進に関する親の態度に関しては、「とてもそうである」を3点、「そうである」を2点、「あまりそうではない」を1点、「そうではない」を0点とした。なお、分析にはExcel統計2012 for Windows Version1.15を用いた。

結果

1) 属性および幼児期運動指針認知度について（表1）

調査対象者のうち183名（98.9%）が母親、2名（1.1%）が父親であった。対象者の年齢は20代が9名（4.9%）、30代が124名（67.0%）、40代以上が52名（28.1%）で、平均年齢36.91（SD=5.01）歳であった。勤務形態はフルタイム勤務が32名（17.3%）、パートタイム勤務が37名（20.0%）、専業主婦が116名（62.7%）で、専業主婦の割合が多い結果となった。親の定期的運動（スポーツ）実施頻度については、週2回以上あるが13名（7.0%）、週1回以上あるが22名（11.9%）、週1回未満だがあるが17名（9.2%）、特に無しが133名（71.9%）であった。

表1 属性および幼児期運動指針認知度

項 目	内 容	人数 (%)
調査対象者	母親	183 (98.9)
	父親	2 (1.1)
対象者年齢	20 代	9 (4.9)
	30 代	124 (67.0)
	40・50 代	52 (28.1)
対象者の勤務形態	フルタイム	32 (17.3)
	パートタイム	37 (20.0)
	専業主婦	116 (62.7)
対象者の定期的運動（スポーツ） 実施頻度	週2回以上ある	13 (7.0)
	週1回以上ある	22 (11.9)
	週1回未満だがある	17 (9.2)
	特に無し	133 (71.9)
在園児のクラス	2歳児クラス	19 (10.3)
	年少	52 (28.1)
	年中	59 (31.9)
	年長	55 (29.7)
子どもの人数	1 人	36 (19.5)
	2 人	96 (51.9)
	3 人	48 (25.9)
	4 人以上	5 (2.7)
在園児は何番目の子どもか	1 番目	97 (52.4)
	2 番目	63 (34.1)
	3 番目	23 (12.4)
	4 番目以降	2 (1.1)
幼児期運動指針の認知度	知っている	6 (3.2)
	知らない	169 (91.4)
	指針が出たことは知っているが内容は知らない	10 (5.4)

N = 185

在園児のクラスは2歳児クラスが19名（10.3%）、年少クラスが52名（28.1%）、年中クラスが59名（31.9%）、年長クラスが55名（29.7%）であった。対象者の子どもの人数は4人以上が5名（2.7%）、3人が48名（25.9%）、2人が96名（51.9%）、1人が36名（19.5%）で、在園児が何番目の子どもかについては1番目が97名（52.4%）、2番目が63名（34.1%）、3番目が23名（12.4%）、4番目以降が2名（1.1%）であった。

また、幼児期運動指針の認知度について質問したところ、知っているが6名（3.2%）、知らないが169名（91.4%）、指針が出たことは知っているが内容は知らないが10名（5.4%）となり、内容を知っている者の割合が大変少ないという結果となった。

2) 子どもの身体活動に関する親の態度

子どもの身体活動を推進するのに有効と思われる親の態度を幼児期運動指針や文献、先行研究を参考に17項目設定した。このうちフロア効果がみられた1項目を除外し、16項目に対して最尤法による因子分析を行なった。そして、十分な負荷量を示さなかった項目および複数因子に同程度の負荷量を示す項目を除外した。除外された6項目の内容は「1）1日おおよそ60分以上子どもが体を動かす遊びをするよう気をつけている」「2）体を動かすお稽古事を定期的に子どもにさせている」「6）親子体操をよくやっている」「8）家族（親子）で海やプールによく出かける」「10）家族（親子）でキャンプ（野外活動）によく出かける」「12）家族（親子）でよくボールを使って遊ぶ」である。

その後、残りの11項目に対して再度最尤法・プロマックス回転による因子分析を行なった（表2）。その結果3因子が抽出され、第1因子「家族での戸外活動」、第2因子「運動経験の工夫」、第3因子「お手伝い」と命名した。なお、尺度の内的整合性を確認するためCronbachの α 係数を算出したところ、それぞれ、0.7150、0.7544、0.7353であり、十分な内的整合性が確認された。また、3因子の累積寄与率は47.26%であった。

表2 幼児の身体活動推進に影響する親の態度の因子分析

項 目 内 容	I	II	III
第1因子「家族での戸外活動」			
7) 晴れている日にはなるべく一緒に外に出て子どもが体を動かせるようにしている。	0.862412	0.465306	0.316017
9) 家族（親子）で公園によく出かける。	0.768850	0.414320	0.232251
11) 家族（親子）で散歩やハイキングによく出かける。	0.504559	0.349605	0.264682
14) 子どもが歩ける距離の場合はできるだけ車などを使用しないよう心掛けている。	0.363038	0.196804	0.041430
第2因子「運動経験の工夫」			
16) 多様な動きが経験できるよう、遊びを工夫するようにしている。	0.424856	0.898513	0.507205
15) 子どもが楽しく体を動かして遊べるよう工夫している。	0.524969	0.750803	0.478476
17) 発達の特性に合った運動遊びをするよう心掛けている。	0.298398	0.495454	0.225769
13) 家族（親子）で運動施設（パターゴルフ・スポーツのできるゲーム施設・遊び場など）によく出かける。	0.347968	0.512937	0.219591
第3因子「お手伝い」			
5) 積極的に掃除を子どもにさせている。	0.216831	0.408989	0.740314
4) 積極的に配膳（机ふきや皿運び）の仕事を子どもにさせている。	0.268820	0.361100	0.711001
3) 布団（シーツ）を敷いたり、片づけたりすることを積極的に子どもにさせている。	0.128493	0.299731	0.641147
α 係数	0.7150	0.7544	0.7353
因子間相関	I	II	III
I	—	0.515821	0.312614
II		—	0.520391
III			—

最尤法・プロマックス回転により抽出。3因子の累積寄与率は47.26%

それぞれの因子に負荷の高かった項目は、第1因子では「晴れている日にはなるべく一緒に外に出て子どもが体を動かせるようにしている」「家族（親子）で公園によく出かける」「家族（親子）で散歩やハイキングによく出かける」「子どもが歩ける距離の場合はできるだけ車などを使用しないよう心掛けている」の4項目、第2因子では「多様な動きが経験できるよう、遊びを工夫するようにしている」「子どもが楽しく体を動かして遊べるよう工夫している」「発達の特性に応じた運動遊びをするよう心掛けている」「家族（親子）で運動施設（パターゴルフ・スポーツのできるゲーム施設・遊び場など）によく出かける」の4項目、第3因子では「積極的に掃除を子どもにさせている」「積極的に配膳（机ふきや皿運び）の仕事を子どもにさせている」「布団（シーツ）を敷いたり、片づけたりすることを積極的に子どもにさせている」の3項目であった。

3) 子どもの身体活動推進因子と属性との関係

それぞれの因子に含まれる項目の得点を合計して平均し、それぞれの因子得点とした。そして、親の年齢、就労形態、子どもの所属クラス、子どもの人数、在園児が何番目の子どもかに関して、因子ごとに分散分析を行なった（表3）。その結果、子どものクラス（学年別）に関して、第1因子「家族での戸外活動」（ $p < 0.05$ ）、第2因子「運動経験の工夫」（ $p < 0.01$ ）に有意な差が見られた。多重比較を行なった結果、第1因子では、2歳児＞年少児、2歳児＞年長児に有意差があった。第2因子では、2歳児＞年少児、年少児＜年中児に有意差が見られた。また、在園児が何番目の子どもかに関しては、第3因子「お手伝い」において有意差が見られ（ $p < 0.01$ ）、多重比較の結果、1番目の子ども＜2番目の子どもについて有意差が確認された。その他の属性に関しては3つの因子すべてにおいて有意差は確認されなかった。

表3 因子得点と属性との分散分析結果

	第1因子 (家族での戸外活動)				第2因子 (運動経験の工夫)				第3因子 (お手伝い)			
	因子得点平均 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較	因子得点平均 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較	因子得点平均 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較
親の年齢												
34歳以下 (n=62)	1.55 (0.65)				1.33 (0.57)				1.55 (0.64)			
35歳～39歳 (n=71)	1.40 (0.57)	1.08	n.s.		1.14 (0.52)	1.96	n.s.		1.35 (0.73)	1.80	n.s.	
40歳以上 (n=52)	1.50 (0.53)				1.27 (0.69)				1.58 (0.60)			
就労形態												
フルタイム (n=32)	1.42 (0.47)				1.32 (0.47)				1.68 (0.68)			
パートタイム (n=37)	1.43 (0.60)	0.30	n.s.		1.24 (0.50)	0.67	n.s.		1.50 (0.75)	1.07	n.s.	
専業主婦 (n=116)	1.53 (0.93)				1.23 (0.56)				1.47 (0.62)			
子どものクラス												
2歳児クラス (n=19)	1.87 (0.44)			2歳児＞年少	1.47 (0.48)			2歳児＞年少	1.40 (0.66)			
年少児クラス (n=52)	1.47 (0.64)			2歳児＞年長	1.06 (0.53)			年少＜年中	1.37 (0.75)			
年中児クラス (n=59)	1.50 (0.59)	3.93	*		1.34 (0.56)	3.71	**		1.68 (0.58)	2.22	n.s.	
年長児クラス (n=55)	1.37 (0.49)				1.24 (0.48)				1.50 (0.60)			
子どもの人数												
1人 (n=36)	1.52 (0.61)				1.22 (0.60)				1.36 (0.67)			
2人 (n=95)	1.47 (0.58)	0.29	n.s.		1.22 (0.53)	0.20	n.s.		1.51 (0.70)	1.58	n.s.	
3人以上 (n=54)	1.52 (0.58)				1.29 (0.53)				1.61 (0.58)			
何番目の子ども												
1番目 (n=97)	1.58 (0.59)				1.23 (0.59)				1.36 (0.66)			1番目＜2番目
2番目 (n=63)	1.47 (0.58)	0.09	n.s.		1.22 (0.53)	0.99	n.s.		1.64 (0.63)	4.81	**	
3番目以上 (n=25)	1.52 (0.61)				1.22 (0.60)				1.71 (0.66)			

** $p < 0.01$ 、* $p < 0.05$ 、n.s. 有意差無し

4) 子どもの身体活動推進に影響する親の要因について

それぞれの因子に関して前述のように因子得点を算出し、人数の偏りを考慮して、高得点群、中得点群、低得点群に分け、それぞれの因子ごとに、親の自己効力感、親の身体活動好意度、親の運動頻度、子どもの身体活動に関する重要性の認識度、子どもの生活習慣（睡眠・食事）への親の意識、に関して分散分析を行なった（表4）。その結果、第1因子では親の自己効力感、親の身体活動好意度、子どもの生活習慣（食事）への親の意識、で有意な差が表れた（ $p < 0.01$ ）。多重比較の結果、自己効力感に関しては、高得点群＞中得点群、高得点群＞低得点群、中得点群＞低得点群、と3群すべてにおいて有意差が確認された。また、身体活動の好意度に関しては高得点群＞中得点群、高得点群＞低得点群で有意差があり、家族での戸外活動の得点が高い群において身体活動に好意的な感情を抱いていることがわかる。第2因子に関しては、親の自己効力感、子どもの身体活動に関する重要性の認識度、子どもの生活習慣（食事）への親の意識、について有意な差があった（ $p < 0.01$ ）。多重比較の結果、自己効力感に関しては、高得点群＞中得点群、高得点群＞低得点群となり、運動経験の工夫をよくしている群の自己効力感が高い結果となった。また、子どもの身体活動に関する重要性の認識度と子どもの生活習慣（食事）への意識に関しては、ともに、高得点群＞低得点群、中得点群＞低得点群という有意差が確認され（ $p < 0.01$ ）、運動経験の工夫が低い群において、子どもの身体活動を重要と認識する程度が低く、食事に関する生活習慣の意識も低いことがわ

表4 幼児の身体活動推進に関する因子別得点群別親の要因との関係

	自己効力感				身体活動の好意度				運動（スポーツ）頻度			
	平均得点 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較	平均得点 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較	平均得点 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較
第1因子 (家族での戸外活動)												
高得点群 (n=50)	10.02 (3.42)			高>中	2.24 (0.66)				0.74 (1.08)			
中得点群 (n=88)	8.55 (3.35)	10.61	**	高>低	1.91 (0.72)	5.04	**	高>中	0.55 (0.95)	2.27	n.s.	
低得点群 (n=47)	6.85 (3.41)			中>低	1.81 (0.77)			高>低	0.33 (0.79)			
第2因子 (運動経験の工夫)												
高得点群 (n=74)	9.50 (3.51)				2.08 (0.79)				0.66 (1.05)			
中得点群 (n=73)	8.03 (3.53)	5.21	**	高>中	1.90 (0.73)	1.34	n.s.		0.40 (0.81)	1.48	n.s.	
低得点群 (n=38)	7.53 (3.32)			高>低	1.89 (0.60)				0.60 (1.01)			
第3因子 (お手伝い)												
高得点群 (n=66)	7.61 (3.34)				2.05 (0.79)				0.52 (0.85)			
中得点群 (n=69)	7.59 (3.38)	0.30	n.s.		2.07 (0.71)	3.24	*		0.62 (1.03)	0.41	n.s.	
低得点群 (n=56)	8.02 (3.45)				1.77 (0.66)			中>低	0.47 (0.98)			
	子どもの身体活動の重要性の認識度				子どもの生活習慣（睡眠）への意識				子どもの生活習慣（食事）への意識			
	平均得点 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較	平均得点 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較	平均得点 (SD)	F 値	有意差検定	多重比較
第1因子 (家族での戸外活動)												
高得点群 (n=50)	2.78 (0.42)				2.22 (0.82)				2.42 (0.61)			
中得点群 (n=88)	2.73 (0.45)	2.35	n.s.		2.16 (0.75)	1.08	n.s.		2.13 (0.56)	7.20	**	高>中
低得点群 (n=47)	2.57 (0.62)				2.00 (0.73)				1.96 (0.70)			高>低
第2因子 (運動経験の工夫)												
高得点群 (n=74)	2.80 (0.41)				2.15 (0.75)				2.22 (0.63)			
中得点群 (n=73)	2.74 (0.44)	7.12	**	高>低	2.21 (0.75)	1.18	n.s.		2.27 (0.56)	6.67	**	高>低
低得点群 (n=38)	2.45 (0.65)			中>低	1.97 (0.80)				1.84 (0.69)			中>低
第3因子 (お手伝い)												
高得点群 (n=66)	2.80 (0.40)				2.27 (0.61)				2.27 (0.61)			
中得点群 (n=69)	2.73 (0.45)	3.01	*		2.17 (0.75)	2.79	n.s.		2.13 (0.59)	1.26	n.s.	
低得点群 (n=56)	2.57 (0.60)			高>低	1.95 (0.89)				2.09 (0.70)			

** $p < 0.01$ 、* $p < 0.05$ 、n.s. 有意差無し

かった。第3因子については親の身体活動好意度と子どもの身体活動に関する重要性の認識度において有意差が確認された ($p < 0.05$)。多重比較の結果、身体活動好意度に関しては、中得点群 > 低得点群の有意差が見られ、子どもの身体活動の重要性の認識度に関しては高得点群 > 低得点群の有意差が示された。

考察

1) 子どもの身体活動推進に影響する子ども要因との関係

第1因子の「家族での戸外活動」に関して、多重比較の結果、2歳児 > 年少児と2歳児 > 年長児の有意差があった。年齢が上がるにつれて子どもは一人でも遊べるようになるが、子どもの年齢の小さい場合には親と一緒に必ず出掛ける必要があるため、より低年齢において得点が高くなった可能性がある。大和(2014)は、親の遊び態度として、4歳以降はそれまでと比べ子どもへの遊びの関与姿勢が低くなると述べている。今回の調査ではそれよりも早い段階において差が出る結果となった。

次に、第2因子の「運動経験の工夫」では、2歳児 > 年少児、年少児 < 年中児という有意差が表れた。これは、子どもが2歳児ほど小さい年齢の場合には、親が子どものできるレベルに合わせて遊びを提案していく工夫が必要であり、親が相手になって遊ぶ場面が多いことも予想されるため、年少児以上よりも得点が高くなった可能性がある。そして、年中児や年長児まで大きくなると、大人と同じような遊びをすることが比較的可能になり、親が活動を工夫しやすくなるということが考えられる。よって、年少児で得点が下がってはいるものの、年中児で再び得点が高くなったと思われる。なお、今回の調査と同時に行なった自由記述の設問において、子どもの身体活動推進を阻害する要因について親に尋ねたところ、「良い体操や良い遊びを知らない」というカテゴリーが抽出され(塩野谷, 2015)、子どもと一緒に身体を動かすための工夫をあまり知らない親の存在が確認された。「幼児期運動指針」のガイドブックにおいて、家庭や幼稚園などでの遊びの工夫が詳しく説明されている。しかし、今回の調査で、指針の内容自体を知っている者の割合が3.2%と少ないことが判明し、前述の自由記述の回答内容と考え合わせると、いかに遊びの工夫を親に伝えていくか、その方策を考える必要がある。

また、第3因子の「お手伝い」では、1番目の子ども < 2番目の子どもで有意差が出るという興味深い結果となった。子どもが1人の場合には親が十分に手をかけることができるため、2人以上の子どもになったときに親が初めて子どもに手伝ってほしいと意識をするのか、あるいは、上に兄や姉がいれば真似をしながら2番目以降の子どもも一緒に手伝えると考え、上の子どもが自然に行なっているお手伝いを下の子どもにも一緒にさせようと親が意識的に働きかけているのか、今回の調査だけでは明確にできなかった。幼児期運動指針では、遊びだけではなく、お手伝いなどの生活活動も含め、1日60分以上楽しく体を動かすことをポイントとして挙げており、意識的に親がさせる場合でも、子どもが楽しんでお手伝いをするよう工夫する必要がある。第2子以降により意識的になる傾向があるのはなぜか、また、実際に子どもが楽しみながらお手伝いをしているのかどうかなど、今後検討していくべき内容であると言える。

2) 子どもの身体活動推進に影響する親要因との関係

(1) 親の自己効力感について

子どもの身体活動を高めるための親の態度として因子分析の結果3因子が抽出された。その因子得点別で親の態度に影響する親要因について分析したところ、第1因子「家族での戸外活動」と第2因子「運動経験の工夫」において自己効力感に有意な差が表れた。この2つの因子は親自身が積極的に行動したり工夫しなければならない推進要因である。自己効力感とは行動変容に影響する心理的概念(Bandura, 1977)

であり、坂野・東條（1986）は「ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという予期である」と述べている。自己効力感が高いと、仕事上の満足感や心理的Well-Beingを得やすいなどの心理的な影響（澤田ら, 2004）や、スポーツ実施状況に良い影響がある（新本, 2012）など、情緒や行動変容に関して良い方向に向かうことが報告されている。今回、子どもの身体活動推進に関する親の態度においてもこれらと同様に、活動や工夫の得点の高い群が自己効力感も高いという結果となり、親の自己効力感が子どもの身体活動を推進する上で有益な要因である可能性が示唆された。本調査においては、特定の課題に限定されない特性的自己効力感を測定する尺度（GSES）を用いたが、特定の課題に関して影響する自己効力感、例えば運動に関する自己効力感（岡, 2003）や育児に関する自己効力感（金岡, 2011）を測定する尺度の試みもなされている。今回は、子どもの身体活動が運動場面だけではなく、日常生活全般においてであることや、親自身の運動実施に焦点を当てたものではないため、どの場面にも影響する特性的自己効力感を用いた。この特性的自己効力感には例えば性格特性（佐藤, 2009）など、様々な要因が影響していると言われており、簡単に高めることは難しい。だが、子どもの身体活動推進に関する親の態度にも影響する可能性があるのであれば、親になる準備段階の両親学級や、もっと前段階の学校の授業などで特性的自己効力感を高める試みを行なうことも必要と言える。

（2）親の身体活動好意度について

親の身体活動好意度に関しては、第1因子「家族での戸外活動」と第3因子「お手伝い」において有意差が確認された。第1因子では高得点群>中・低得点群の関係にあり、親の身体活動好意度が高い場合には家族一緒に外で活動することが多くなるということが判明した。また、第3因子は、中得点群>低得点群に有意差があり、親の身体活動好意度が低いとお手伝いを意識的に子どもにさせる思考が成り立たない可能性が示唆され、親の身体活動好意度を高めることも重要であることが判明した。塩野谷（2015）は女子中学生対象の調査ではあるが、幼児期に家族で出かけること、外で家族や仲間と運動遊びをすること、自然と触れ合うこと、お手伝いをよくすることといった体験が、中学生期の身体活動好意度を高めることを示唆している。よって、幼児期の身体活動推進要因のうちの第1因子「家族での戸外活動」および第3因子「お手伝い」は、将来の身体活動好意度上昇に影響している可能性のあることがわかる。幼児期の前述のような体験が親になった時の身体活動好意度を良好にし、その身体活動好意度を介して幼児の身体活動を推進する親の態度が形成される、というメカニズムがこのことから考えられる。鈴木（2009）は、運動習慣に関して同じようなメカニズムを導き出している。つまり、成人後の運動習慣に対して、成人期以前の運動経験は直接的な影響よりも運動好意度を介した間接的な影響の方が強い、と報告しており、今回も、幼児期の体験が直接的ではなく身体活動好意度を通して間接的に子どもの身体活動推進に関する親の態度（「家族での戸外活動」と「お手伝い」）に影響した、という見方が示唆される。ただ、今回の結果だけではこの関係性を明確にすることはできないため、さらなる調査をしていく必要がある。

（3）子どもの身体活動と生活習慣について

子どもの身体活動の重要性の認識度に関しては、第2因子「運動経験の工夫」と第3因子「お手伝い」において有意な差が見られた。重要という認識が高いほど運動遊びをする場合に遊びを工夫したり、運動施設に家族で出かけるなどの積極的な行動が伴うことが確認された。また、運動遊びだけではなく、お手伝いを日常的に子どもにさせる傾向もあったことから、学校などで身体活動の大切さを伝えるなどの健康教育をさらに重要視する必要があると言える。

健康日本21（第二次）において健康増進のために、栄養・食生活、身体活動・運動、休養などの生活習慣及び社会環境の改善の必要性が取り上げられており、身体活動の重要性だけではなく、食生活や睡眠を含めた休養に関しても健康教育において取り上げるべき内容であることがわかる。今回の調査において、子どもの食事と睡眠に関する生活習慣への親の意識と身体活動推進に関する3つの因子との関係を分析したところ、食事にのみ第1因子「家族の戸外活動」と第2因子「運動経験の工夫」において得点群別の有意差が確認された。子どもの身体活動推進に関して良い態度を示している親は、意識的に栄養を良くしようと考え、決まった時間に食事をしようとする割合が高いことが明らかになった。子どもの運動実施に関しては他の生活習慣との関連が指摘されている（上地，2003）が、親の意識という観点では今回睡眠に関しての関係性は確認されなかった。これは、身体活動推進要因を満たしている家庭の子どもは親が意識しなくても、日中に体を動かし、早寝早起きができているために有意差が出なかったということも考えられる。今回、実際の就寝・起床時刻や食事の時間などは質問項目に入れておらず、あくまで親が意識しているかを尋ねたため、他の生活習慣の実際の行動と身体活動推進要因との関係を明確にすることはできない。しかし、少なくとも家族で外に出ることや運動遊びを工夫することをよくしている親は食事に関しても意識的に取り組む姿勢が明らかとなり、他の生活習慣への親の態度と身体活動推進に関する親の態度が関連していることが示唆された。よって、子どもの生活習慣全般への意識の向上を親に働きかけることが身体活動推進において有効であるものと考えられる。

本研究における限界

本研究のデータは2つの地方都市にある私立幼稚園に通園する保護者に限定されたものであり、その地域特有の気候や地域環境などの影響によりデータの偏りが存在する。また調査対象者の98.9%が母親であり、母親特有の回答に偏った可能性がある。今後の課題として、調査対象園を増やし、父親にも協力してもらう体制を整えることが必要である。さらに調査項目に関しては幼児の親からも広く意見を集め、より良い項目を作成し、分析することが望ましいと考えられる。

まとめ

幼児の身体活動推進に関する親の態度に関して因子分析を行なった結果、第1因子「家族での戸外活動」、第2因子「運動経験の工夫」、第3因子「お手伝い」の3因子が抽出された。第1因子「家族での戸外活動」と第2因子「運動経験の工夫」は子どものクラス（学年別）で有意差があり、第3因子「お手伝い」において、1番目の子どもと2番目の子どもという有意差の関係が明らかとなった。そして、親の自己効力感が高いこと、親自身の身体活動好意度が高いこと、親が子どもの身体活動を重要だと認識していること、さらには子どもの食事に関する生活習慣にも親が配慮していることが、子どもの身体活動推進に関する親の態度に影響することが示唆された。このことから、これらをも高めるために、親になる以前の健康教育、および親になってからの健康や運動遊びの講座推進が期待される。

謝辞

調査にご協力くださった皆様に暑く御礼申し上げます。

付記

本研究は和洋女子大学研究奨励費の補助を受けて行なわれた。本稿の一部は日本保育学会第68回大会

(2015年5月)において発表された。

引用文献

- Gallahue DL著, 杉原隆監訳. 幼少年期の体育. 大修館書店 1999: 59-60.
- 田中千晶, 引原有輝, 安藤貴史, 大河原一憲, 薄井澄誉子, 佐々木玲子, 田中茂穂. 関東圏在住幼児の体力・運動能力と就学前の保育・教育施設内および施設外における運動・スポーツの実施状況や日常の身体活動量に関する横断的研究. 体力科学 2014; 63(3): 323-331.
- 中野貴博, 春日晃章, 村瀬智彦. 生活習慣および体力との関係を考慮した幼児における適切な身体活動量の検討. 発育発達研究 2010; 46: 49-58.
- 塩野谷祐子. 女子中学生の身体活動好意度形成要因—幼児期の遊び・体験の分析を通して. 比較文化史研究 2015; 16: 15-28.
- 加賀谷淳子, 佐々木玲子, 村岡慈歩, 清水静代, 木村有里, 二階堂邦子. 幼児の身体活動量と運動能力および健康度との関係. 平成14年度厚生科学研究 2003: 48-50.
- 鈴木壮. こころを育てる身体活動. 体育の科学 2010; 60:4-8.
- Hillman C, Erickson K, Kramer A(2008). Be smart, exercise your heart: exercise effects on brain And cognition. Nat Rev Neurosci 2008; 9: 58-65.
- 文部科学省. 幼児期運動指針 2012.
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319192.html (2015年8月19日最終アクセス)
- 文部科学省. 幼児期運動指針ハンドブック 2012: 10.
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319772.htm (2015年10月15日最終アクセス)
- 田中千晶, 田中茂穂, 安藤貴史. 日本人幼児における日常の身体活動量と生活環境の関係. 発育発達研究 2011; 51: 37-45.
- 小林稔. 行動科学からみた子どもの知力と体力の発達. 子どもと発育発達 2011; 9: 99-104.
- 坂野雄二, 東條光彦. 一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み. 行動療法研究 1986; 12(1): 73-82.
- 大和晴行. 活動的な遊びにおける親の遊び態度と子どもの遊び状況との関連性. 幼少児健康教育研究 2014; 20(1): 13-22.
- 塩野谷祐子. 幼児の身体活動推進に関する親の意識と阻害要因について—親の自由記述の分析—. 社会と人文 2015; 12:1-12.
- 文部科学省. 幼児期運動指針ガイドブック. 2012.
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319772.htm (最終アクセス2015年9月14日)
- Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. Psychological Review 1977; 84: 191-215.
- 澤田忠幸, 波多野花実, 矢野紀子, 酒井淳子. 女性看護師の職務満足と心理的Well-Beingに及ぼす個人特性要因の影響—中核的自己評価の役割—. 日本看護研究学会雑誌 2004; 27(4): 45-52.
- 新本聡一郎. 小学生のスポーツ実施状況の違いが特性的自己効力感に及ぼす影響. 発育発達研究 2012; 57: 1-9.
- 岡浩一郎. 中年者における運動行動の変容段階と運動セルフ・エフィカシーの関係. 日本公衆衛生雑誌 2003; 50: 208-215.
- 金岡緑. 育児に関する自己効力感尺度 (Parenting Self-efficacy Scale, PSE尺度) の開発とその信頼性妥当性の検討. 小児保健研究 2011; 70(1): 27-38.
- 佐藤祐基. 自己効力感と性格特性との関連. 人間福祉研究 2009; 12: 153-161.
- 鈴木宏哉. どんな運動経験が生涯を通じた運動習慣獲得に必要なか?: 成人期以前の運動経験が成人後の運動習慣に及ぼす影響. 発育発達研究 2009; 41: 1-9.
- 厚生労働省. 健康日本21 (第二次) 国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針. 2015.
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kenkounippon21.html (最終アクセス2015年9月8日)
- 上地広昭. 運動好きの家庭環境. 体育の科学 2003; 53(12): 930-933.

塩野谷祐子 (和洋女子大学 人文社会科学系 助教)

(2015年11月10日受理)